

👋 Salut à tous, athlètes de Martinique 🇲🇶!

On sait que vous attendez les compets sur route avec impatience! Nous aussi!!!!

Pour ça le Golden Star Athlétisme vous propose un challenge 🏆 le "5K virtuel du ★Golden Star ★"!!!

🔴 Les règles sont simples:

Un 5 km sur route sans dénivelé négatif (pas plus de d- que de d+), le parcours de l'aéroport ✈ étant parfait pour ce type d'épreuve. Attention la brigade du Golden vérifiera cette donnée de dénivelé 🤖

5 km à effectuer entre le 📅 8/02/2021 ⏰ 00h00 et le 21/02/2021 ⏰ 23h59!

Une fois que vous aurez couru 🏃 ce 5 km (avec votre montre connectée bien sur), vous nous enverrez 📧 la preuve de cette course (enregistrez une course de 5 km pas plus, si vous devez faire un entraînement d'1 h auquel vous intégrez ce 5 km, faites plusieurs courses avec votre montre).

🟡 Les preuves sont les suivantes:

✅ photo de votre montre (distance temps dénivelé positif et négatif),

✅ une photo/screenshot 📱 de votre compte rendu garmin suntto ou autre logiciel/appli, une photo/screenshot de votre sortie strava.

Envoyez vos photos par

📧 message privé sur le Facebook ou l'Instagram du ★Golden Star.

📱 Ou par WhatsApp au +596696021214.

🏆🏆🏆 Nous établirons un classement définitif le plus rapidement que possible après la fin de la course avec de nombreux lots à remporter 🎁

🌟 Vous êtes prêts?

🌟 A vos marques

🌟🌟 Prêts

🌟🌟🌟 Courez 🏃🏃🏃

(et surtout faites vous plaisir) 😊

